



## ENTLASTUNG EINE UNVERZICHTBARE STÜTZE

Betreuende Angehörige spielen eine zentrale Rolle bei der Unterstützung hilfsbedürftiger Familienmitglieder.

Die Aufgabe der betreuenden Angehörigen wird mit dem demografischen Wandel immer wichtiger. Sie erfordert viel Zeit und Energie sowie eine gute Kenntnis der verfügbaren Hilfsangebote.

### Was sollten betreuende Angehörige mitbringen?

Sie sollten ihre Bereitschaft und Fähigkeit zur Übernahme dieser Verantwortung realistisch einschätzen. Entscheidungen müssen frei von familiärem oder gesellschaftlichem Druck gefällt werden. Dabei können Fachpersonen Unterstützung bieten.

### Wie steht es mit der finanziellen Entschädigung?

In einigen Kantonen gibt es spezifische Unterstützungen wie Entlastungsgutscheine oder Anerkennungszulagen. Die Angebote variieren regional und setzen eine regelmässige Betreuung voraus. Auch Anstellungen über Spitex-Organisationen sind möglich, jedoch sind die Rahmenbedingungen und die Höhe der Entschädigung genau zu prüfen.

### Welches sind die Aufgaben betreuender Angehöriger?

Betreuende Angehörige kümmern sich um eine Vielzahl von Aufgaben, die von der persönlichen Pflege und Unterstützung im Haushalt bis hin zur Organisation von medizinischen

Terminen und der Verwaltung finanzieller Angelegenheiten reichen können. Die konkreten Aufgaben hängen stark von den Bedürfnissen der betreuten Person ab.

### Gibt es Entlastungsmöglichkeiten?

Zur Entlastung von betreuenden Angehörigen können Angebote wie professionelle Pflegedienste, Mahlzeiten- oder Umzugshilfen in Anspruch genommen werden. Zudem gibt es spezialisierte Beratungsstellen und Coachings, die betreuenden Angehörigen helfen, mit der Belastung besser umzugehen.

### Welche Unterstützung gibt es speziell für betreuende Angehörige?

Beratungs- und Unterstützungsangebote reichen von finanziellen Hilfen bis zu praktischen Alltagshilfen und psychologischer Unterstützung. Netzwerke und Organisationen bieten Kurse und Workshops zur Stärkung der betreuenden Angehörigen an.

### Was bietet das «Coaching für betreuende Angehörige» von Pro Senectute?

Es bietet individuelle Beratung und psychische Unterstützung. Es ist kostenlos und flexibel gestaltet, um Angehörige in ihrer Betreuungsrolle zu stärken. Betroffene können ihre Situation erfassen auf [prosenectute.ch/coaching](https://prosenectute.ch/coaching). 📞

---

Weitere Informationen finden Sie zum Beispiel auch auf den Websites von Pro Senectute St. Gallen und Pro Senectute Graubünden.

---